사회복지법인 한국노인복지회 age helps 구립 영등포노인복지센터

온길

2022년 여름호_136호

남의 잘 됨을 축복하라
그 축복이 메아리처럼 나를 향해 돌아온다.
- 故 이건희 삼성그룹 회장 -

행 복

행복을 추구하고 있는 한
행복할 만큼 성숙해 있지 않다.
가장 사랑하는 것들이 모두 네 것일지라도.

잃어버린 것을 애석해 하고
목표를 가지고 초조해하는 한
평화가 어떤 것인지 너는 모른다.

모든 소망을 단념하고
목표와 욕망도 잊어버리고
행복을 입 밖으로 내지 않을 때
행위의 물결이 네 마음에 닿지 않고
너의 영혼은 비로소 쉬게 된다.

헤르만헤세
독일문화원 추천
송영택 옮김

인사말

나무마다 초록 잎이 더욱 깊어지는 여름입니다.
여름은 일 년 중 가장 뜨거운 계절임과 동시에 가장 화창하고 푸른 생명력이 넘치는 계절이 아닐까 생각합니다. 덥고 짜증날 수 있는 날씨이지만 마음만큼은 늘 좋은 기분 유지하시어 이번 여름도 잘 보내셨으면 좋겠습니다.

무덥고 불쾌지수 높은 계절도 자연스레 지나가는 것처럼 지금의 힘들고 어려운 일도 시간이 지나면 모두 극복할 수 있지 않을까 생각됩니다. 항상 긍정적인 마음가짐으로 이번 여름도 잘 이겨내시길 바라며 항상 행복한 시간 계속 이어지시길 바랍니다.

Contents

02 좋은 글

03 인사말

04 도란도란 센터소식

06 으쓱으쓱 사회적응훈련으로 자신감과 자존감을 향상시켜요!

07 와글와글 함께하는 소중함

08 방긋방긋 후원소식

10 건강정보 다양한 종류의 간염예방!!!

11 주요일정 2022년 하반기

도란도란 센터소식

[2022년 4월 ~ 6월]

2022년 어버이날 행사

2022년 어버이날을 맞이하여 영등포 형재가네트워크 연합으로「함께해 효(孝) 사랑해 효(孝)」행사가 진행되었습니다. 본 센터에서는 436명의 대상자에게 카네이션과 후원품(참기름세트)을 전달하였습니다.

한국전기안전공사 서울서부지사 전기점검 봉사활동

5월 중 한국전기안전공사 서울서부지사에서 주거취약 어르신들의 가정에 방문하여 LED등 교체 전기점검, 노후 콘센트 교체, 배선정리 등의 전기 관련 봉사활동을 진행하였습니다. 이번 활동으로 안전한 주거환경 조성에 도움이 되었습니다.

2022년 재가노인지원사업 야외 나들이

5월 29일, 6월 3일, 6월 10일, 3회에 걸쳐 재가노인지원사업 대상 어르신 총 21명과 함께 서울 식물원으로 야외 나들이를 다녀왔습니다. 코로나-19 상황에 맞추어 소규모로 진행했으며, 맛있는 식사와 식물원 산책 등, 그동안 코로나-19로 인해 외부 활동을 하지 못한 어르신들에게 즐거운 하루를 선사하였습니다.

2022년 2분기 운영위원회의

6월 9일(목) 2분기 운영위원회가 실시되었습니다. 1분기 사업실적 및 2분기 사업계획을 보고하고 기타 주요 안건에 대해 논의하는 자리가 되었습니다.

영등포구 노인복지기금사업 「슬기로운 구강생활」 공모 선정

2022년 영등포구 노인복지기금사업에 어르신들의 구강관리 프로그램인「슬기로운 구강생활」이 선정되었습니다. 6월부터 대상자 선정 및 물품 구입 등 사전준비를 시작할 예정입니다.

2022년 노인학대 예방의 날 행사

6월 15일(수) 노인학대 예방의 날을 맞이하여 영등포형재가네트워크 연합으로 관련 행사를 진행하였습니다. 하이서울유스호스텔에서 약 1시간가량 어르신 및 어르신복지 관계자를 대상으로 노인학대예방 교육을 진행하였습니다.

2022년 방문요양보호사 보수교육 실시

방문요양보호사 보수교육을 6월24일 본센터 5층 대강당에서 실시합니다. 오전은 법정의무교육에 대한 간호교육 부문, 오후는 근무자의 기본 서비스 마인드 등 사회복지 및 서비스교육 부문으로 진행하여 종사자의 전문성과 역량을 강화하겠습니다.

재가노인지원사업 소방안전교육

소방시설이 취약한 재가노인지원사업 대상 어르신 댁에 방문하여 노후 소화기 교체, 안전 손전등 설치를 진행했습니다. 또한 화재 예방 교육 및 소화기 사용 방법, 비상 시 대피 방법에 대한 교육을 준비하여, 어르신들이 비상 시 당황하지 않고 스스로 대처할 수 있도록 대면 교육을 진행하였습니다.

주야간보호센터 어르신 생신잔치

매월 주야간보호센터에서는 가족지지 프로그램인 어르신 생신잔치를 주야간보호센터 전 직원과 이용 어르신께서 참여하여 다같이 생신 어르신을 축하하였습니다.

안마서비스를 재개

주야간보호센터에서는 그동안 코로나로 인해 중단되었던 시각장애인 안마서비스를 재개하게 되었습니다.
시각장애인 안마서비스는 만성근골격계 질환이 있는 어르신의 건강증진과 경제적으로 어려운 시각장애인 일자리 창출을 동시에 할 수 있고 국가공인 자격을 갖춘 시각장애인 안마사가 전신안마, 마사지, 지압, 기타 자극요법에 의한 건강서비스를 제공하는 것을 의미합니다.

이미용 서비스 재개

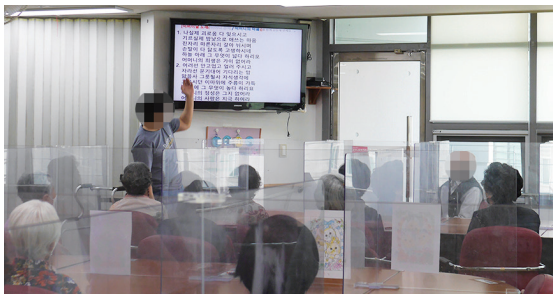
주야간보호센터에서는 코로나19로 중단되었던 이미용서비스를 다시 진행하게 되었습니다. 한빛봉사단 자원봉사자님이 부모님을 모시는 마음으로 정성스럽게 이미용 서비스를 해주셨습니다.

으쓱으쓱 프로그램

사회적응훈련으로 자신감과 자존감을 향상 시켜요!

사회적응훈련이란 ?

개인적, 사회적 생활을 독립적으로 영위하지 못하는 노년기 어르신들을 위해 사회에서 겪을 수 있는 다양한 경험과 체험을 프로그램 진행하여 사회 환경에 적응하는 능력을 향상시킬 수 있는 수업을 의미한다.
또한 자존감. 자신감. 자기애 등의 향상을 통해 우울감과 같은 정신 증상을 감소시킬 수 있으며 일상생활 동작 능력을 유지, 발전을 기대할 수 있도록 한다. 또한 신문, 뉴스 매체를 통해 전달되는 사회적 이슈를 통해 인지, 지적 향상을 기대하며 사회구성으로서 일원임을 느끼게 하면서 가족 구성원으로서 소속감을 회복 할 수 있도록 한다.



프로그램 내용

- **기념일/문화탐방 :** 국경일이나 명절을 기념하는 전통놀이와 풍습 이해하기.
- **생신잔치 :** 타인의 소중함 및 나 자신의 소중함 알기, 서로 덕담 나누기.
- **쇼핑/물건 구입하기 :** 마트이용하기. 구입한 물건 계산하기 등
- **음식 만들기 :** 명절음식 (송편 빚기 .만두 빚기 등)만들기, 도너츠 만들기 등
- **기타체험 :** 대중교통 이용하기, 병원 이용하기, 공연보기 ,소방훈련 등

대 상 구립영등포노인복지센터 주야간보호서비스 이용 어르신

일 정 매주 수요일 오후 14:00~15:00

어르신들의 사회적응훈련 활동 모습

와글와글 활동기

간호조무사 김선의 "함께하는 소중함"

성장기부터 지금까지 살면서 할머니.할아버지와 살아본 적 없는 나에게 어르신들은 어색하고 낯선 단어였습니다. 하지만 주야간 데이케어센터에 근무하면서 요즘 어르신들과 함께하는 시간의 즐거움이 저도 모르게 하나 둘 씩 커져가기 시작했습니다.

자그마한 애교에도 좋아해 주시고 또 반대로 어르신들이 애교 섞인 어리광을 제게 부리시면 저도 모르게 입가에 미소가 자동으로 지어지곤 합니다. 어르신들의 건강도 체크하고 관리하면서 정도 많이 붙고 가족 같은 사이가 되어 아프면 걱정이 먼저 들고 표정이 어두운 날이면 그 이유가 궁금해집니다.

하루라고 결석하는 어르신들은 궁금하고 보고 싶은데 이것 또한 저의 짝사랑만이 아닌 것이 제가 월차로 쉬는 다음 날이 되면 보고 싶었다며 어제 하루없는 자리가 허전했다는 말씀도 함께 전해주시면 더 더욱 이일에 자부심을 느끼고 어르신들의 인연에 감사합니다. 처음에 마음을 쉽게 주지 않는 어르신들과 이제는 시간만큼 쌓은 정으로 끈끈하게 느껴집니다.

하루하루 오늘도 평범한 하루지만 그 평범한 일상에 감사하고 함께 하고 있음에 소중함을 느끼게 됩니다. 모든 어르신들이 센터에서 보내는 시간이 좋은 추억의 시간으로 채워 질 수 있도록 행복하고 밝은 미소가 가득한 시간으로 영원히 함께 하고 싶습니다.

위생교육 (식중독예방 및 개인위생관리)

함께 의지하며 함께하여 좋은 ~
그 많은 어르신들과 제가 만난 센터 ~
이렇게 만난 만남도 또한 인연으로 생각하며
어르신들 ~
오늘도 파이팅입니다 ~

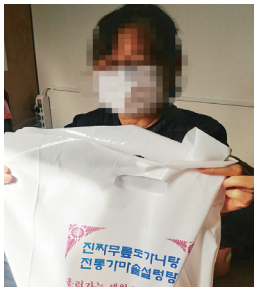
기초바이탈체크(혈압.체온.맥박)

방긋방긋 후원소식

[어르신의 행복한 삶을 응원합니다~!]

본죽 신길점 야채죽 지원. 월2회 격주 목요일

본죽 신길점에서 매월 2회 어르신에게
건강하고 따뜻한 죽을 지원하였습니다.



푸주옥 설렁탕 지원. 월2회 격주 수요일

푸주옥에서 매월 2회 맛있는 설렁탕을 후원하여
어르신에게 균형 잡힌 식사를 지원할 수 있었습니다.

못난이꽈배기 대림점 꽈배기 도넛 지원. 월 1회

못난이꽈배기 대림점에서 매월 1회 꽈배기 도넛을
후원하여 어르신들에게 맛있는 간식을 전달하였습니다.

수인약국 파스 지원. 월 1회

수인약국에서 매월 1회 파스를 후원하여
몸이 불편하신 어르신들에게 전달하였습니다.

국제개발협력 NGO 지파운데이션
마스크 120BOX 지원. 4/22(금)

국제개발협력 NGO 지파운데이션에서 마스크 120BOX를
지원해주어 어르신들이 안전하게 코로나19를
이겨낼 수 있도록 전달하였습니다.

한국노인복지회 어버이날 행사
식료품 지원. 5/3~5/4

한국노인복지회에서 어버이날을 맞이하여 어르신들에게
참기름&참깨세트 436개와 카네이션을 지원해주었습니다.

개인후원자(문O순,양O자) 카네이션 지원. 5/4(수)

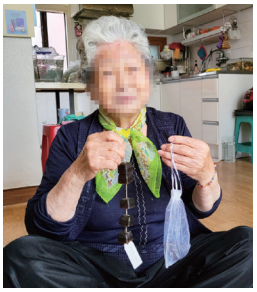
개인후원자(문O순,양O자)께서 어버이날을 맞이하여 카네이션 440개를 제작하여 어르신들께 지원하였습니다.

영등포구사회복지협의회(본아이에프) 본죽 지원. 5/11(수)

영등포구사회복지협의회(본아이에프)에서 본죽을 지원해주어 어르신들에게 따뜻하고 맛있는 죽을 지원하였습니다.

영등포구자원봉사센터 참외(70KG) 지원. 5/20(금)

영등포구자원봉사센터(농업정책보험금융원)에서 참외를 7박스(7kg) 지원해주어 어르신들에게 전달하였습니다.



개인후원자(양ㅇ자) 모스키토 큐브 지원. 6/7(화)

개인후원자(양ㅇ자)께서 모스키토 큐브 200개를 지원해주어 어르신들에게 전달하였습니다.

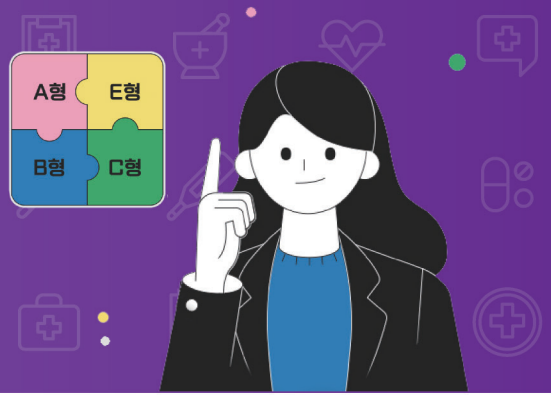
많은 분의 후원으로 본 센터의 어르신들께 뜻깊은 나눔을 진행하였습니다.
경제적, 정서적으로 취약하신 어르신을 위한 지원과 관심을 아끼지 않는 후원처에게
감사인사를 전합니다.

본죽 신길점, 푸주옥, 국제개발협력 NGO 지파운데이션 , 영등포구자원봉사센터, 한국노인복지회,
영등포구사회복지협의회(본아이에프), 못난이꽈배기, 개인후원자(양ㅇ자, 문ㅇ순), 수인약국

후원에 감사드립니다.

질병관리청

다양한 종류의 간염예방!!!



간염시리즈 한 눈에 보기!

수인성 및 식품매개 감염병 : A, E형 간염 | 혈액매개 감염병 : B, C형 간염

	경로	잠복기	증상
A형간염	분변-경구, 오염된 물이나 음식물 섭취 등	**15 - 50일** (평균 28 - 30일)	발열, 식욕감퇴, 구토, 권태감, 짙은 갈색 소변, 황달 등
E형간염	분변-경구, 오염된 물이나 음식물 섭취 등	**15 - 64일** (평균 40일)	발열, 식욕감퇴, 구토, 관절통, 짙은 갈색 소변, 황달
B형간염	오염된 주사기 및 도구 사용, 성적접촉, 오염된 혈액수혈, 주산기 감염	**12 - 160일** (평균 120일)	무증상(70-80%), 나머지 피로, 황달, 짙은 갈색 소변, 식욕감퇴, 구토, 근육통
C형간염	오염된 주사기 및 도구 사용, 성적접촉, 오염된 혈액수혈, 주산기 감염	**14 - 170일** (평균 70일)	무증상(70-80%), 나머지 피로, 황달, 짙은 갈색 소변, 식욕감퇴, 구토, 근육통

출처 : 질병관리청 '다양한 종류의 간염! 여러분은 얼마나 알고 계신가요?'

주요일정 | 2022년 하반기

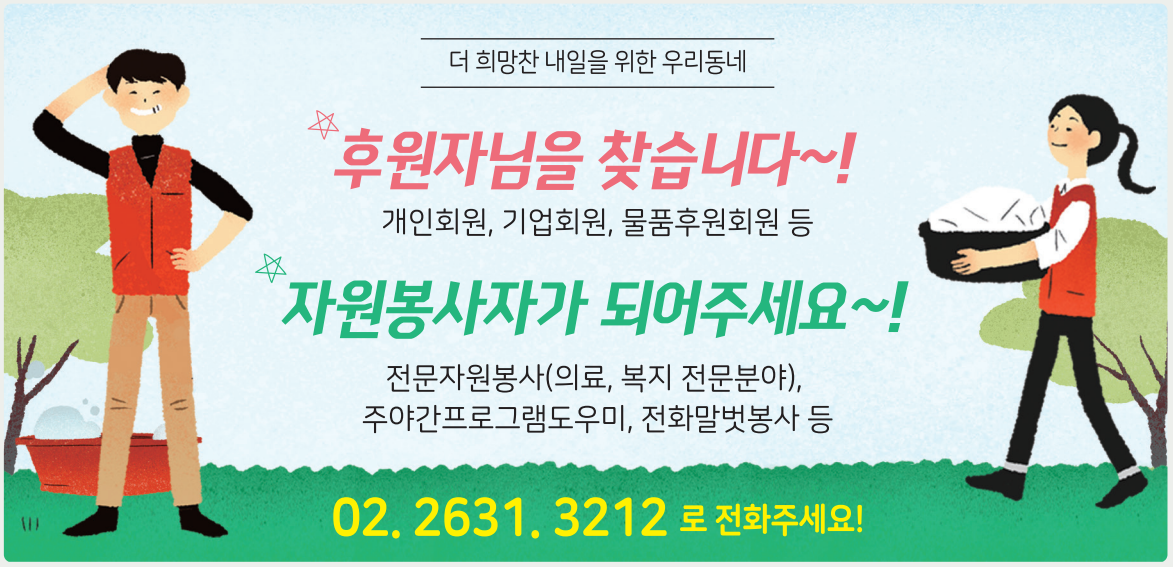
우리센터 주요일정

2022	재가노인 지원팀	노인맞춤돌봄팀	방문요양팀	주야간보호팀	어르신 일자리팀
7월	- 분기보고 - 봉사자 월례회의 (25~28일) - 어르신 생신잔치 - 민관협치사업 (주거환경개선) -폭염대비 안전 확인 - 상반기평가회	- 폭염대비 취약노인 보호 - 상반기 평가회	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 직무교육 - 사례회의	- PG : (맞춤형프로그램) - 인지향상프로그램 - 신체기능프로그램 - 사회적응프로그램 - 건강관리 (혈압.체온.혈당.맥박) - 종사자 직무교육 - 위생교육 (종사자·이용자 대상)	- 활동교육 - 정기모임 - 생활안전캠페인 - 문화체험
8월	- 봉사자 월례회의 (22~25일) - 어르신 생신잔치 - 폭염대비 안전 확인 - 민관협치사업 (주거환경개선)	- 염대비 취약노인 보호 - 슬기로운 구강생활 (구강관리프로그램) - 노인맞춤돌봄 실무자 회의	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 교육 - 사례회의	- PG : (맞춤형프로그램) - 인지향상프로그램. - 신체기능프로그램. - 사회적응프로그램. - 건강관리 (혈압.체온.혈당.맥박) - 종사자 직무교육 - 사례회의	- 활동교육 - 정기모임 - 생활안전캠페인
9월	- 추석명절행사 - 어르신 생신잔치 - 봉사자 월례회의 (26-29일) - 민관협치사업 (주거환경개선)	- 추석후원행사 - 영양교육 (음식으로 가을 느끼기) - 슬기로운 구강생활 (구강관리프로그램) - 노인맞춤돌봄협의체 회의	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 교육 - 사례회의	- PG : (맞춤형프로그램) - 인지향상프로그램. - 신체기능프로그램. - 사회적응프로그램. - 건강관리 (혈압.체온.혈당.맥박) - 종사자 직무교육 - 추석행사	- 활동교육 - 정기모임
10월	- 분기보고 - 어르신 생신잔치 - 봉사자 월례회의 (24~27일) - 서울시 이동식 이불빨래서비스 - 민관협치사업 (주거환경개선)	- 영양교육 (음식으로 가을 느끼기) - 우울예방프로그램	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 교육 - 사례회의	- PG : (맞춤형프로그램) - 인지향상프로그램. - 신체기능프로그램. - 사회적응프로그램. - 건강관리 (혈압.체온.혈당.맥박) - 종사자 직무교육 - 야외 나들이	- 활동교육 - 정기모임
11월	- 김장서비스 행사 - 어르신 생신잔치 - 봉사자 월례회의 (21-24일) - 민관협치사업 (주거환경개선)	- 김장 나눔 행사 - 영양교육 (음식으로 가을 느끼기) - 노인맞춤돌봄 실무자 회의	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 교육 - 사례회의 - 방문요양 만족도조사	- PG : (맞춤형프로그램) - 인지향상프로그램. - 신체기능프로그램. - 사회적응프로그램. - 건강관리 (혈압.체온.혈당.맥박) - 종사자 직무교육 - 하반기 만족도 조사 - 사례회의	- 활동교육 - 정기모임 - 연합평가회 - 일자리사업 만족도조사
12월	- 봉사자월례회의 (12~15일) - 어르신 생신잔치 - 서비스만족도조사 - 한파대비 안전확인 - 2022 송년모임 - 2022 사업 평가회	- 한파대비 취약노인 보호 - 생활지원사 간담회 - 서비스 만족도조사 - 노인맞춤돌봄협의체 회의 - 2022년 사업평가회	- 방문요양 간담회 - 요양보호사 교육 - 사례회의 - 2022 사업평가회	- PG : (맞춤형프로그램) - 인지향상프로그램. - 신체기능프로그램. - 사회적응프로그램. - 건강관리 (혈압.체온.혈당.맥박) - 종사자 직무교육 - 재난대비훈련 - 보호자 간담회 - 연말행사	- 활동교육 - 정기모임 - 2023년 참여신청 (12개월 사업)

※ 위 일정은 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

사회복지법인
한국노인복지회
age helps

한국노인복지회는 영국에서 본부를 두고 전 세계 50개 국가에서 70여개 회원기관과 함께 불우노인을 위해 활동하고 있으며, UN으로부터 노인복지부분 UN상을 수상한 최초의 국제민간 단체입니다.



오시는 길

지하철
- 5호선 양평역 1번 출구 (도보 3분)

버스
- 양평역 하차 : 영등포02, 영등포05 (월드메르디앙APT방향 300M)
- 당중초등학교 하차 : 7612, 5, 영등포05 (양평대우이안APT방향 400M)

주차안내
- 건물 내 지하주차장 이용 가능

한국노인복지회 구립영등포노인복지센터

재가노인지원사업 TEL. 02. 2631. 3212 FAX. 02. 2631. 3215
노인사회활동사업 TEL. 02. 2679. 0065 FAX. 02. 2632. 0065
노인맞춤돌봄서비스 TEL. 02. 2679. 0065
주야간보호센터 TEL. 02. 2634. 2215
방문요양 · 목욕 TEL. 02. 2631. 3212

발행 · 편집 _ 조은선 | 서울시 영등포구 선유서로 34길 10(양평동3가) | WWW.helpagecare.or.kr